ふくしま心のケアセンター
地域アルコール対応力強化事業
（アルコール・プロジェクト）
相双地域におけるモデル事業
令和元年度　報告書

相馬広域こころのケアセンターなごみ

（ふくしま心のケアセンター相馬方部センター）

目　次

Ⅰ．相双地域におけるモデル事業の概要…… 94
1.　本事業の枠組み
2.　本事業のメンバー
3.　ミーティングの開催

Ⅱ．令和元年度の実施内容…… 97
1.　地域住民への啓発活動の促進
1）教材・シナリオなどのパッケージ化
2）アルコール健康問題予防啓発キャンペーン
3）出前講座での啓発活動
4）その他の啓発活動

2.「男性のつどい」の活動強化

3.　保健・医療・福祉関係者の支援力の強化
1）雲雀ヶ丘病院での勉強会・事例検討会の開催
2）動機付け面接法の研鑽と実践

4.　地域連携の強化
1）「地域でのアルコール健康問題について考える集い」の開催
2）断酒会の開催支援（「相馬うぐいす断酒会」への会場提供）

Ⅲ．今年度の振り返りと次年度に向けて…… 103

Ⅰ．相双地域におけるモデル事業の概要

1. 本事業の枠組み

本事業は、平成 26 年度より実施されている「ふくしま心のケアセンター　地域アルコール対応力強化事業」の一環として、相双地域において展開しているモデル事業である。初年度から、図 1 のような枠組みで展開してきた。

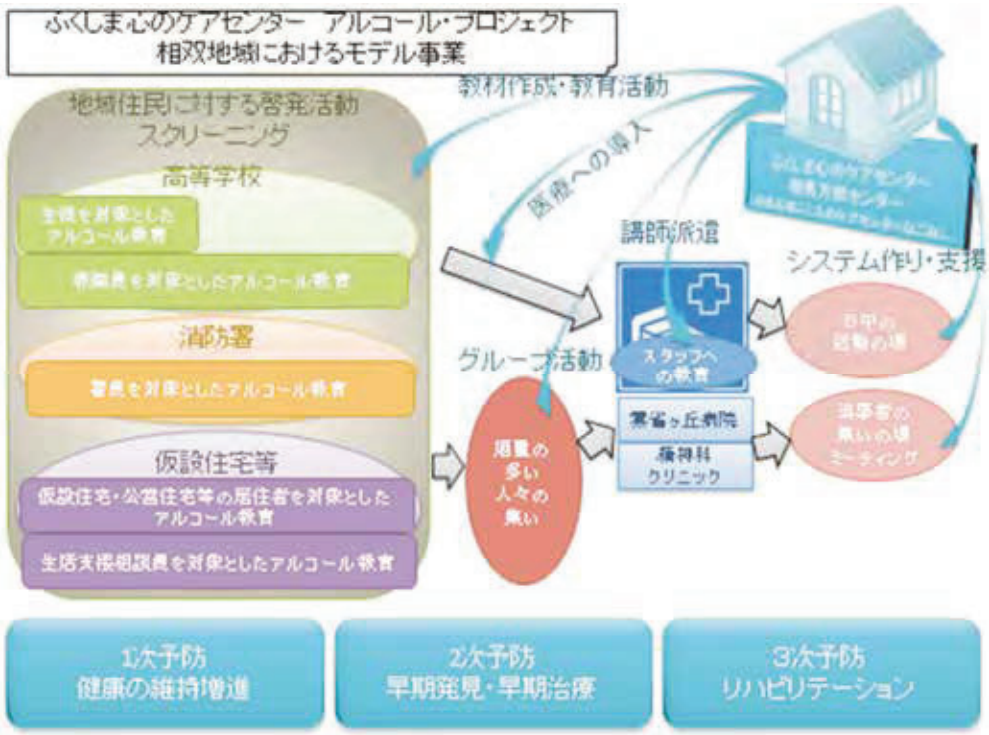

図 1　　地域アルコール対応力強化事業相双地域におけるモデル事業の枠組み
（平成 26 年度～平成 29 年度）

モデル事業の開始から 4 年が経過したところで、実施内容やその結果を振り返り、この地域において今、求められているものは何かを再確認した。そして平成 30 年度より、「やってみる！出向いていく！つないでいく！」をスローガンに掲げ、①地域住民への啓発活動の促進、②「男性のつどい」の活動強化、③保健・医療・福祉関係者の支援力の強化、④地域連携の強化、という 4 つの柱から活動を計画し、実施していくこととした（図 2）。

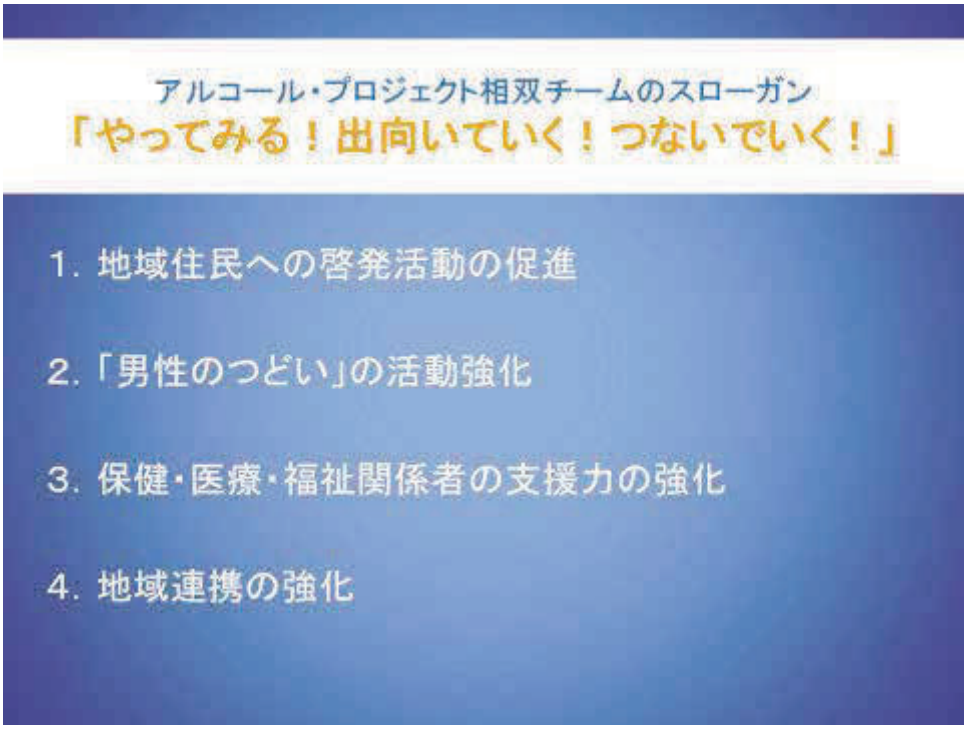

図２　地域アルコール対応力強化事業相双地域におけるモデル事業のスローガン
（平成 30 年度～）

なお、NPO 法人相双に新しい精神科医療保健福祉システムをつくる会　相馬広域こころのケアセンターなごみ（以下、「なごみ」とする）は、一般社団法人 福島県精神保健福祉協会より、ふくしま心のケアセンター相馬方部センターの業務委託を受けて、本事業を実施している。

2. 本事業のメンバー

令和元年度は、下記のメンバーにて活動を行なった。

■大川　貴子　　(NPO 法人相双に新しい精神科医療保健福祉システムをつくる会、福島県立医科大学看護学部)
■米倉　一磨　　(相馬広域こころのケアセンターなごみ)
■工藤　慎吾　　(相馬広域こころのケアセンターなごみ)
■田中　久美子　(訪問看護ステーションなごみ)
■後藤　弓子　　(訪問看護ステーションなごみ)
■鈴木　郁子　　(訪問看護ステーションなごみ)

3. ミーティングの開催

本事業のミーティングは以下９回、開催した。

第 1 回	4 月 25 日	（木）	17:00～18:30
第 2 回	5 月 23 日	（木）	17:00～19:00
第 3 回	7 月 1 日	（月）	17:15～19:30
第 4 回	8 月 21 日	（水）	17:30～20:15
第 5 回	9 月 19 日	（木）	18:20～20:15
第 6 回	10 月 30 日	（水）	17:45～19:30
第 7 回	12 月 11 日	（水）	18:30～19:20
第 8 回	1 月 15 日	（水）	17:30～19:00
第 9 回	2 月 19 日	（水）	17:30～19:30

Ⅱ．令和元年度の実施内容

1．地域住民への啓発活動の促進

1）教材・シナリオなどのパッケージ化

昨年度、様々な支援者から意見を頂戴し、啓発用のパンフレットをパッケージ化して、以下のキャンペーンや出前講座で配布した。アルコールパッチテストは、普段お酒の適正量を意識することが少ない住民に対して、注意喚起を促す良い機会となった。

2）アルコール健康問題予防啓発キャンペーン

令和元年 12 月 18 日（水）に相馬市、南相馬市、浪江町の商業施設において、アルコール健康問題予防に関する啓発パンフレットの配布を行った。浪江町では今回初めて実施している。これらの活動へは、相馬市保健センター、南相馬市原町保健センター、浪江町役場、南相馬市社会福祉協議会、相馬うぐいす断酒会、双葉地方広域市町村圏組合消防本部、当事者の協力を得て実施した。

なお、このキャンペーンでは令和 2 年 2 月 16 日（日）に放映されたＮＨＫ証言記録「心の傷に寄り添う～訪問型ケアの現場から～」の取材があり、当事者が断酒をして啓発活動に協力する様子が撮影された。

南相馬市内のスーパー店頭にて

3）出前講座での啓発活動

令和 2 年 2 月 13 日（木）に地域住民を対象にアルコールに関する出前講座を実施した。（南相馬市家族介護教室）参加者は 15 名。昨年度に引き続き 2 回目の開催となったが、地域住民のアルコール問題に関する意識の高さがうかがえた。前回の家族介護教室で行った内容を活用して、参加者を飽きさせず、興味・関心を引き出すことを意識して取り組んだ。

アンケート結果には、このような講義をもっと地域の中で開催してほしい、適正飲酒量について知ることが出来て大変勉強になったなどの感想があった。

4）その他の啓発活動

令和元年 10 月 3 日（木）宮城大学看護学群、令和元年 10 月 30 日（水）ポラリス保健看護学院の授業において、同行したアルコール依存症から回復した当事者より、自らの体験談を話してもらった。「震災の影響によって酒量が増加し、多くの支援者によって支えられた」、「健康を大切にすることがわかりそのことがきっかけでお酒をやめた」など当事者の生の声に学生は真剣に耳を傾けていた。

2.「男性のつどい」の活動強化

昨年度より「男性のつどい」は、季節のイベントや料理の活動に加え、孤立しがちな男性が木工製品の創作活動を通じて自己肯定感を高めるプログラムとして「木工（きっこう）リーナ」を始めている。南相馬市原町保健センターや雲雀ヶ丘病院など外部の関係機関が対象者を紹介してくれることもあり参加者は増えている。活動を続けていくにあたり、会場が手狭になったことや、移動手段が確保できない方への送迎支援が課題としてあげられ、開催頻度・開催場所を変更している。

令和元年 8 月より公共施設などを活用して実施しており、4 つの拠点（①相馬・新地、②南相馬、③飯舘、④浪江）を設けている。各拠点で調理・木工作業を行うため、調理室や会議室などを借りて活動に取り組む。また、各拠点で実施することで参加者の分散化が出来、職員による送迎の負担も軽減することが出来ている。各拠点で活動することで、これまで活動に参加したいと考えていた方が移動支援サービスの送迎によって参加できるようになったり、包括支援センターが新たに対象者を誘ってくれたりすることで広がりをみせている。

各拠点で定期的に実施するにあたり、開催頻度は月 2 回に変更しており、関係機関にも協力を頂き参加希望者への周知をお願いしている。

飯舘村においては、飯舘村職員の協力を得て参加者への声掛けや活動内容の企画を一緒に検討し、役割分担して取り組むことが出来ている。参加者の得意なことや趣味活動を内容に反映させ、講師役として参加者と一緒に楽しむことで参加者の強みを生かす支援にもつながっている。

調理に関しては簡単に誰でも作れる料理を中心に、参加者みんなで事前に話し合い、役割を決めて取り組んでいる。役割を決めることにより普段自宅で調理をしない人でも、食材を切り、盛り付けをし、活動に参加することが出来ている。木工作業も調理同様、作業工程別に役割を決めて取り組んでいる。例えば、糸鋸を使って木の板を線に沿って削り進めていく作業や、作品の仕上げとしてやすりかけをして完成させる作業などがある。初めての人でも抵抗なく

楽しんで取り組めるような工夫も取り入れて活動を行っている。

「男性のつどい」を行うことにより、対象者からは「日中やることがなくて暇でお酒を飲んでいるが、このつどいに参加する時は毎回楽しみにしているからお酒の量を控えている」「木工作業をしていると没頭してしまい、あっという間に時間が過ぎている」ことが聞かれ、一人暮らしの男性の自己効力感を高める上で良い機会となっている。

表１　「男性のつどい」　実施内容

月	参加人数（延べ）	内容	場所
4 月	12 名	調理・木工	なごみ南相馬事務所（南相馬市）
5 月	16 名	調理・木工	なごみ南相馬事務所（南相馬市）
6 月	13 名	調理・木工	地域活性化センターいちばん館（飯舘村）
7 月	9 名	調理	なごみ南相馬事務所（南相馬市）
8 月	1 名	外出	なごみ CLUB（相馬市）
9 月	6 名	調理・木工	ひばり生涯学習センター（南相馬市） なごみ南相馬事務所（南相馬市）
10 月	6 名	調理・木工・寄せ植え	飯舘村交流センターふれ愛館（飯舘村） なごみ南相馬事務所（南相馬市）
11 月	4 名	調理・木工	ゲストハウスあおた荘（浪江町） 磯部公民館（相馬市）
12 月	8 名	調理・木工	小高区復興拠点施設小高交流センター（南相馬市） なごみ南相馬事務所（南相馬市）
1 月	6 名	調理・木工	ゲストハウスあおた荘（浪江町） 飯舘村交流センターふれ愛館（飯舘村）
2 月	5 名	調理・木工	ひばり生涯学習センター（南相馬市） 相馬市総合センターはまなす館（相馬市）
3 月	5 名	調理・木工	なごみ南相馬事務所（南相馬市）

3. 保健・医療・福祉関係者の支援力の強化

1）雲雀ヶ丘病院での勉強会・事例検討会の開催

平成26年度よりアルコール依存症患者および家族への対応や効果的な介入について学び、地域の対応力強化を図ることを目的とした勉強会と事例検討会を開催している。今年度は2回（平成26年度から通算、第11回目・第12回目）開催した。

（1）第11回　令和元年8月 29日（木）

コメンテーター：医療法人財団 青溪会　駒木野病院アルコール総合医療センター
看護師　宮脇　真一郎先生
精神保健福祉士　泉　達也先生

1部　グループワーク　テーマ：「相双地区のお酒の問題をみんなで考えませんか」
2部　事例検討会　　テーマ：「地域で支える一人暮らし」
訪問看護ステーションなごみの訪問ケース

参加者：グループワーク32名、事例検討会26名
アンケート回答数：18名

第 11 回目の勉強会では、グループワークと事例検討会が行われた。グループワークでは「相双地区のお酒の問題をみんなで考えませんか」というテーマで、精神科医、内科医、保健師、看護師、相談支援専門員、心理士、精神保健福祉士、介護支援専門員など多職種が参加した。アルコール依存症への必要な社会資源や地域の特性を生かした支援など、多面的な視点でアイデアが出された。

また、事例検討会では、訪問看護ステーションなごみのケースが紹介された。単身生活を送る、アルコール依存症の男性で孤立しないために複数のサポート（相談支援事業所、自立生活援助、訪問看護、こころのケアセンター）を導入しているが、コミュニケーションが苦手なことなどから集団活動への参加や動機づけが難しい事例であった。本人の望む生活が送れるようになるための方法に関する活発な意見交換が行われ、支援上の情報交換の大切さを学ぶ機会となった。

アンケート結果では、今回の勉強会はとてもよかった6名、よかった11名。グループワークの進め方に対してとてもよかった9名、よかった7名。今後の支援に生かすことができるに対しては、とてもそう思う5名、そう思う11名。今回の勉強会を受け、対象者へ関わる意欲に変化は見られますかに対して、とても高まっている6名、高まっている7名。という結果だった。

他にケア会議など支援上の情報交換の重要性を感じたという回答があった。支援先を探す難しさや、アルコール問題がある人の受け入れ拒否を経験したことがある人も多くいた。内

科医からは、治療を引き受けてくれる専門病院が近くにほしいという意見があった。

(2) 第 12 回　令和 2 年 2 月 6 日（木）

講義テーマ：「今日から活用できる動機づけ面接～入門編～」
東北会病院　動機づけ面接トレーナー
作業療法士　金田　和大先生
精神保健福祉士　齋藤　健輔先生

参加者：36 名

アンケート回答数：22 名

第 12 回目の勉強会では、昨年度に引き続き「今日から活用できる動機づけ面接～入門編～」として動機づけ面接の研修が行われた。半数近くが初めての参加だったが、動機づけ面接に関心があり参加したという方が多かった。講義では二人一組で聞き役と話し役に分かれて行うエクササイズを中心に行い、和やかな雰囲気の中で参加者全員が楽しみながら学ぶことが出来た。今回は「変わりたい一方で変わりたくない」という両価性の状況の中で、行動変容するための聞き返しの技術を中心に学んだ。

アンケート結果では、今回の勉強会はとてもよかった 12 名、よかった 9 名。今後生かせることができるに対しては、とてもそう思う 12 名、そう思う 10 名。初めての動機づけ面接をやってみて、難しかったがすごく勉強になった、初めて参加して楽しかった、面白かったなどの感想があった。また、もっとエクササイズができるとよかった、機会があればまた参加したいという方や、動機づけ面接法は継続的にトレーニングが必要と思うので、これからも開催してほしいという要望もあった。

2) 動機付け面接法の研鑽と実践

(1)「MI 集中講座」参加

令和元年 7 月 13 日（土）～15 日（月）に山梨県富士吉田市にて MI 集中講座（寛容と連携の日本動機づけ面接学会主催）が開催され、メンバー1 名が参加している。1 日目は MI（Motivational Interviewing：動機付け面接）の基本技法やスピリットについて学び、2・3 日目にはチェンジトークの強化や聞き返しに関するエクササイズを中心に行った。動機づけ面接では、聞き返しの仕方を工夫することによって、やめたいけどやめられない両価性の状況を変えるきっかけとなり、その結果、行動を変えることにつながると理解できた。

(2) ふくしまMI勉強会との協働

平成 28 年度に動機づけ面接に関する研修会を開催し、毎年研修会を企画してきた。参加者からは継続的に勉強できる場がほしいという要望が多かったため、平成 30 年度になごみスタッフが中心となり、ふくしまMI勉強会を立ち上げた。

今年度は日々の実践を振り返りつつ、動機づけ面接の基本的技法を中心に勉強会を行った。現在は2か月に1回の頻度で開催している。

4. 地域連携の強化

1)「地域でのアルコール健康問題について考える集い」の開催

実施日　令和元年11月20日（水）
テーマ「依存症の方とのかかわりを学ぼう　～動機付け面接とは～」
講師：駒木野病院
　　動機付け面接トレーナー　看護師　関口　慎治先生
　　ファシリテーター　　看護師　浦崎　なつみ先生
参加者：38名

今回は保健師、看護師、精神保健福祉士、介護支援専門員、AA（アルコホーリクス・アノニマス）の当事者、様々な方が参加した。「ここに来た人はどんな気持ちで来たのだろう」と相手に興味を持つことや動機付け面接の3つの開かれた質問で訊き返しを行うことについて講演を行った。また、グループワークでは、講演を聞いての疑問・質問・感想や、今後に向けて地域の中で出来そうなことについて意見を出し合い全体シェアも行った。

参加者のアンケート結果では、実施内容は非常に参考になった人が最も多く、今まで相談者にアドバイスしても全く行動しないのは、こちらの会話の仕方に問題があるのだと感じたと言う意見や、説得・支持しないやり方をもっと勉強したいと動機付け面接をする重要性について認識した内容が聞かれた。

2) 断酒会の開催支援（「相馬うぐいす断酒会」への会場提供）

「相馬うぐいす断酒会」は、平成31年4月から南相馬事務所で月2回の頻度で例会を実施している。第2・4火曜日の10:00～12:00に開催日を変更したことによって、精神科病院から紹介され参加する人も増えた。計24回開催し、延べ参加者は64名だった。

Ⅲ．今年度の振り返りと次年度に向けて

昨年度より、「やってみる！出向いていく！つないでいく！」をスローガンに掲げ、①地域住民への啓発活動の促進、②「男性のつどい」の活動強化、③保健・医療・福祉関係者の支援力の強化、④地域連携の強化、という 4 つの柱を立てて、活動を行ってきた。

【地域住民への啓発活動の促進】については、地域住民を対象としたアルコールに関する出前講座を実施した。このような講義をもっと地域の中で開催してほしいという声もあり、今後、復興公営住宅の住民や生活支援相談員らを対象とした啓発活動を計画していきたい。また、その際に用いる教材についても検討を重ね、対象者の特性や目的に応じた内容を吟味していきたい。

【「男性のつどい」の活動強化】については、開催の場を検討し、相馬・新地、南相馬、飯舘、浪江の 4 つの拠点での開催を試みた。各地域で開催したことで、新規の参加者を迎えることができた。孤立化しやすい男性が、人と交流することや、何かをやってみることを通して、生活の中に楽しみを見出していけるよう、開催会場や、開催頻度などを工夫し、参加しやすい形となるように今後も検討を重ねていきたいと思う。

【保健・医療・福祉関係者の支援力の強化】については、雲雀ケ丘病院での勉強会を 2 回開催し、通算 12 回の開催となった。参加型の研修会を希望する声もあり、「相双地区のお酒の問題をみんなで考えませんか」と題したグループワーク形式の研修会と、「今日からできる動機付け面接～入門編～」として演習を中心とした研修会を開催した。動機付け面接については、今までにも複数回の研修会を企画しており、初めて参加する人から今までにも何回か研修を受けている人まで、様々な層が混在する形での研修となった。今後の課題として、実践に活用していけるようになるためには、研修を重ねていかなければならず、入門編に留まらずスキルアップを図れるような研修会も計画をしていく必要がある。また、スキルを身に着けるためにはある程度の頻度で研修を行っていく必要があり、外部からの講師に頼るのではなく、私たちの中からトレーナーを育成し、定期的な開催ができるようにしていくことも、今後の課題となってくるだろう。

【地域連携の強化】では、昨年度に引き続き「地域でのアルコール健康問題について考える集い」を開催した。「依存症の方とのかかわりを学ぼう～動機付け面接とは～」というテーマで、南相馬市原町保健センターを会場にして開催したところ、地域の様々な機関から 38 名の方が参加された。アルコール依存症者への基本的な接し方を学ぶことを通して、今までの自分自身のアプローチ方法について振り返る機会となり、関係者間でアルコール依存症者に対する支援方法について共有することができた。今後もこのような機会をもち、アルコール健康問題を地域全体で取り組んでいく課題として認識し、連携の強化に努めていきたい。